

# 10-12月メニューアレルギー表



国立諫早青少年自然の家



10月	(1・7・13・19・25・31日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																					
11月	(6・12・18・24・30日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																					
12月	(6・12・18・24・30日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																					
分類	NO.1	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレシジ	ナッツ	カシュー	ルーツ	キウイフ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン			
朝食	白身魚フライ	●																					●											
	オムレツ	●	●	●																			●											
	スパゲティサラダ	●	●	●																			●											
	ごぼうの味噌汁																						●											
	納豆	●																					●											
	コールスロー																																	
	いちごジャム																																	
	ごはん																																	
ドッグパン	●	●	●																				●											
昼食	あんかけうどん	●																								●								
	野菜とチキンの中華煮																							●										
	コーンフライ	●																					●											
	ポテトサラダ	●	●	●																			●											
	グレープフルーツ																																	
	コールスロー																																	
	ごはん																																	
夕食	野菜とビーフンのカレー風味炒め																																	
	メンチカツ	●		●															●				●	●		●								
	さば塩焼き																					●												
	マカロニサラダ	●	●	●																			●											
	大根の味噌汁																						●											
	ゼリー (ぶどう&りんご)																														●			
	ごはん																																	
共通	青じそドレッシング	●																					●											
	フレンチドレッシング (赤)		●																				●											
	ケチャップ																						●											
	卓上しょうゆ	●																					●											
	中濃ソース (小袋)																						●											
	牛乳			●																			●											

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。  
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

# 10-12月メニューアレルギー表



国立諫早青少年自然の家



10月	(2・8・14・20・26日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																	
11月	(1・7・13・19・25日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																	
12月	(1・7・13・19・25・31日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																	
分類	NO.2	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																								●					
	スクランブルエッグ	●	●	●																			●	●						
	切干大根	●																					●							
	玉葱の味噌汁																						●							
	納豆	●																					●							
	コールスロー																													
	いちごジャム																													
	ごはん																													
ドッグパン	●	●	●																				●							
昼食	醤油ラーメン	●	●																				●	●		●				●
	アジフライ	●																					●							
	浦上そばろ	●																					●							
	かぼちゃの煮物																													
	オレンジ													●																
	コールスロー																													
	ごはん																													
夕食	スパゲティナポリタン	●																												
	ハムカツ	●	●	●																			●	●		●				
	甘酢肉団子	●	●	●																			●	●		●				
	花野菜のサラダ																						●							
	ほうれん草の味噌汁																						●							
	プリン			●																										●
	ごはん																													
共通	青じそドレッシング	●																					●							
	フレンチドレッシング(赤)		●																				●							
	ケチャップ																						●							
	卓上しょうゆ	●																					●							
	中濃ソース(小袋)																						●							
	牛乳			●																										

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。  
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

# 10-12月メニューアレルギー表



国立諫早青少年自然の家



10月	(3・9・15・21・27日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
11月	(2・8・14・20・26日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
12月	(2・8・14・20・26日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
分類	NO.3	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイフ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	チキンナゲット	●	●	●																			●								
	オムレツ	●	●	●																		●									
	ひじき煮	●																				●									
	ごぼうの味噌汁																					●									
	納豆	●																				●									
	コールスロー																														
	いちごジャム																														
	ごはん																														
ドッグパン	●	●	●																			●									
昼食	ちゃんぽん	●	●																			●	●		●					●	
	ピーマン肉詰めフライ	●																				●			●						
	野菜と豚肉の味噌炒め																					●			●				●		
	もやしの香味和え																														
	グレープフルーツ																														
	コールスロー																														
	ごはん																														
夕食	ソース焼きそば	●																				●								●	
	ささみしそ巻きフライ	●																				●	●								
	蒸し焼売	●																				●	●		●						
	豆のサラダ																					●									
	わかめの味噌汁																					●									
	ゼリー (ぶどう&りんご)																													●	
	コールスロー																					●									
	ごはん																														
共通	青じそドレッシング	●																				●									
	フレンチドレッシング (赤)		●																			●									
	ケチャップ																						●								
	卓上しょうゆ	●																					●								
	中濃ソース (小袋)																						●								
	牛乳			●																											

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。  
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

# 10-12月メニューアレルギー表



国立諫早青少年自然の家



10月	(4・10・16・22・28日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
11月	(3・9・15・21・27日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
12月	(3・9・15・19・21・27日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
分類	NO.4	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	白身魚フライ	●																				●									
	スクランブルエッグ	●	●	●																		●	●								
	スパゲティサラダ	●	●	●																		●									
	玉葱の味噌汁																					●									
	納豆	●																				●									
	コールスロー																														
	いちごジャム																														
	ごはん																														
ドッグパン	●	●	●																			●									
昼食	あんかけうどん	●																							●						
	野菜とチキンの中華煮																						●		●						
	コーンフライ	●																				●									
	ポテトサラダ	●	●	●																			●								
	オレンジ													●																	
	コールスロー																														
	ごはん																														
夕食	野菜とビーフンのカレー風味炒め																														
	メンチカツ	●		●														●				●	●		●						
	さば塩焼き																					●									
	マカロニサラダ	●	●	●																			●								
	大根の味噌汁																					●									
	プリン			●																											●
	ごはん																														

共通	青じそドレッシング	●																				●									
	フレンチドレッシング (赤)		●																			●									
	ケチャップ																						●								
	卓上しょうゆ	●																					●								
	中濃ソース (小袋)																						●								
	牛乳			●																											

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。  
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

# 10-12月メニューアレルギー表



国立諫早青少年自然の家



10月	(5・11・17・23・29日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																	
11月	(4・10・16・22・28日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																	
12月	(4・10・16・22・28日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																	
分類	NO.5	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイフ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
朝食	ポイルウィンナー																								●					
	オムレツ	●	●	●																			●							
	切干大根	●																					●							
	ごぼうの味噌汁																						●							
	納豆	●																					●							
	コールスロー																													
	いちごジャム																													
	ごはん																													
ドッグパン	●	●	●																				●							
昼食	醤油ラーメン	●	●																				●	●		●				●
	アジフライ	●																					●							
	浦上そばろ	●																					●			●				
	かぼちゃの煮物																													
	グレープフルーツ																													
	コールスロー																													
	ごはん																													
夕食	スパゲティナポリタン	●																												
	ハムカツ	●	●	●																			●	●		●				
	甘酢肉団子	●	●	●																			●	●		●				
	花野菜のサラダ																						●							
	ほうれん草の味噌汁																						●							
	ゼリー (ぶどう&りんご)																												●	
	ごはん																													
共通	青じそドレッシング	●																					●							
	フレンチドレッシング (赤)		●																				●							
	ケチャップ																						●							
	卓上しょうゆ	●																					●							
	中濃ソース (小袋)																						●							
	牛乳			●																			●							

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。  
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

# 10-12月メニューアレルギー表



国立諫早青少年自然の家



10月	(6・12・18・24・30日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
11月	(5・11・17・23・29日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
12月	(5・11・17・23・29日)	特定原材料											特定原材料に準ずる品目																		
分類	NO.6	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
朝食	チキンナゲット	●	●	●																			●								
	スクランブルエッグ	●	●	●																		●	●								
	ひじき煮	●																				●									
	玉葱の味噌汁																					●									
	納豆	●																				●									
	コールスロー																														
	いちごジャム																														
	ごはん																														
ドッグパン	●	●	●																			●									
昼食	皿うどん	●																				●	●		●						
	ピーマン肉詰めフライ	●																				●			●						
	野菜と豚肉の味噌炒め																					●			●				●		
	もやしの香味和え																								●						
	オレンジ													●																	
	コールスロー																														
	ごはん																														
夕食	ソース焼きそば	●																				●								●	
	ささみしそ巻きフライ	●																				●	●								
	蒸し焼売	●																				●	●		●						
	豆のサラダ																					●									
	わかめの味噌汁																					●									
	プリン				●																									●	
	コールスロー																														
	ごはん																														
共通	青じそドレッシング	●																				●									
	フレンチドレッシング(赤)		●																			●									
	ケチャップ																														
	卓上しょうゆ	●																				●									
	中濃ソース(小袋)																					●									
	牛乳			●																											

・都合により、メニュー・食材が変更になる場合がございます。必ず、ご利用日当日に、店頭のアレルギー表示をご確認ください。  
 ・アレルギー表示は、特定原材料、特定原材料に準ずる品目について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。